

Formación y fortalecimiento de Recursos Humanos en Salud
“La Psicoterapia: una profesión de hecho, pero no de derecho”
Lic. Ps. Maria Esther Lagos()*

El documento sobre la implementación de la psicoterapia dentro del Programa de Salud Mental del SNIS, marcaba como “daño colateral”, y a la vez previsible, la insuficiencia de los recursos humanos, debido al incremento de los derechos de los usuarios y de las prestaciones brindadas, no acordes temporalmente con la formación de los recursos humanos necesarios. Si bien era una dificultad prevenible, se trata de un tema complejo en su abordaje, que requiere de un monitoreo diario, así como la puesta en práctica de ideas innovadoras y múltiples acciones. Es de vital importancia, la adecuación de los recursos humanos al nuevo modelo de atención impulsado por el Sistema Nacional Integrado de Salud (SNIS), ya que los mismos tienen un papel trascendente en la concreción de un modelo de salud universal, equitativo y eficiente”

Comparto totalmente lo antedicho. Desde hace mucho tiempo estoy interesada y ocupada en el tema de la formación de los psicoterapeutas.

Objetivos

En este trabajo aspiro a realizar algunos aportes que clarifiquen el tema dando respuesta a algunas controversias que sobre el mismo se han planteado.

Introducción

En principio, si bien la moderna psicoterapia tiene alrededor de 200 años, sería bueno como punto de partida, generar algún acuerdo en cuanto a qué es la psicoterapia. Fue Franz Anton Mesmer (1734-1814) quien descubrió los efectos de la hipnosis y quien desarrolló el primer método de tratamiento, ya en el siglo XIX se registran varios reportes sobre el desarrollo de la psicoterapia en Europa, pero no fue sistemáticamente desarrollada hasta final del siglo XIX con los trabajos de S. Freud (1856-1939), y desde allí son múltiples los desarrollos de diferentes modelos teórico-clínicos que han ido surgiendo. Baste decir que en la actualidad existen más de 400 y como la formación y el ejercicio que cada uno requiere varía de método a método, no es fácil tener un consenso para una definición acerca de la psicoterapia.

¿Qué es la psicoterapia?

Hay múltiples definiciones pero, en mi opinión, la que transcribo es lo suficientemente abarcativa como para poder incluir los diferentes modelos teórico-clínicos: ***“Psicoterapia es la aplicación sistemática de métodos definidos de tratamientos de los sufrimientos psíquicos, quejas psicósomáticas así como de crisis vitales de diferentes orígenes. Las bases del tratamiento es la relación entre el psicoterapeuta y el paciente o, en entornos no clínicos, cliente. El objetivo de grupo de psicoterapia incluye personas con problemas emocionales pero también personas a quienes les gustaría ampliar sus posibilidades de desarrollo personal/social. La Psicoterapia es también, en muchos casos, preventiva.”***¹

- ***¿Es necesario tener una formación específica para ser psicoterapeuta o son suficientes los títulos de grado de psicólogo o de postgrado de psiquiatra?***

¹ Globalized Psychotherapy”2002, Ed. World Council of Psychotherapy, Introduccion, Pritz, A.

Si la psicoterapia requiere, en nuestro país, de una formación específica, a esta altura parece incuestionable.

Los invito a reflexionar y a dar respuesta a algunas preguntas en relación a la cuestión de si la psicoterapia es o no, en los hechos, una formación específica de post grado. Pensemos, si la psicoterapia no requiriera una formación específica, de post grado, como se explicaría:

- a- ¿Que existan más de 30 Asociaciones Científicas, representantes de diferentes modelos psicoterapéuticos que dictan cursos de formación en su modelo de psicoterapia?
- b- ¿Que la Facultad de Psicología de la Universidad Católica (UCU) dicte cursos de post grado y maestrías en varias orientaciones teórico clínicas, tales como Psicoanálisis, Psicoterapia Familiar Sistémica, Adicciones, Psicoterapia Integrativa PNIE y Psicoterapia Cognitiva, entre otras?
- c- ¿Que desde el año 1999 algunas mutualistas (como el CASMU, la Asoc. Española y otras) hayan hecho un llamado a Psicoterapeutas y tengan equipos integrados por psicólogos y psiquiatras, formados en diferentes modelos de psicoterapia?
- d- ¿Que desde el año 2004 las cátedras de psiquiatría de la Facultad de Medicina, hayan organizado y tengan un Diploma de Psicoterapia en Servicios de Salud, con aportes de diferentes modelos de psicoterapia, cuyo Ciclo Básico, que es parte del currículo de los médicos que cursan el post grado de psiquiatría, el cual también está abierto al ingreso de psicólogos con menos de cinco años de recibidos?
- e- ¿Que la misma Facultad de Medicina haya otorgado dicho Diploma, por Actuación Documentada, a varios psicoterapeutas de reconocida trayectoria?
- f- ¿Que, posteriormente, en setiembre del 2008, haya realizado un llamado a psiquiatras y psicólogos que pudieran demostrar su formación y actividad como Psicoterapeutas en Servicios de Salud? Llamado al cual se presentaron 749 postulantes?
- g- ¿Que la Facultad de Psicología de la UDELAR esté organizando cursos de post grado y una Maestría que comenzaría a estar abierta en el corriente año??
- h- ¿Que el MSP, cumpliendo con la Política de Estado, que incluye a la Salud Mental dentro del SNIS, haya estado trabajando en establecer, los criterios a los que deberán ajustarse los prestadores de salud para ofrecer servicio de psicoterapia a sus asociados?
- i- ¿Que, en dicho documento, haya establecido la obligatoriedad de que aquellos psicólogos que trabajando en instituciones de salud no tengan formación específica en psicoterapia, tendrán un plazo máximo de 5 años para formarse?

La Declaración de Estraburgo sobre los Derechos de la Psicoterapia (1990), en su artículo 7, reza: *“El psicoterapeuta recibe una formación específica; la cual no puede reemplazarse por otros diplomas que acrediten una formación diferente, tales como medicina, psicología, sociología, filosofía y otras”*²

Esto podría, y de hecho lo es, ser interpretado de dos formas diferentes. Una, que la especificidad es posterior a la formación de grado. Esa es mi interpretación, sobre todo en función de la realidad vigente en nuestro país. La otra, que la psicoterapia sería una formación en sí misma, es decir una formación de grado, para lo cual se requeriría abrir una nueva carrera, y que luego, se realicen post grados específicos. Pero sea cual sea la interpretación que se le dé, lo que está fuera de cuestión es que ser psicoterapeuta implica formación específica imprescindible, y yo agrego que es una formación continua, que no termina cuando se obtiene un certificado o diploma.

▪ **¿Cuál es la procedencia de los psicoterapeutas?**

En nuestro país en general los psicoterapeutas provienen fundamentalmente de dos profesiones, una de grado, la psicología y otra de post grado, la psiquiatría y, en algún caso, de la medicina.

Ambas son formaciones muy diferentes y cuando psicólogos y psiquiatras optan por formarse como psicoterapeutas, esas diferencias se hacen notorias. Cada una de ellas está en menos con respecto a la otra y viceversa. Es decir, los psicólogos egresan de su Facultad con mucha formación teórica y psicológica pero con muy poca experiencia en el trato con pacientes. Mientras que los psiquiatras tienen mucha formación biológica y en psicopatología, así como experiencia clínica en el trato con pacientes, pero muy poco conocimiento psicológico.

Cuando convergen, estas diferencias parecen ser un problema son una ventaja ya que ambos se aportan y enriquecen, aprendiendo a entenderse, a compartir conocimientos y a respetarse en los años en que transitan juntos por el mismo camino de formación como psicoterapeutas. También esto facilita algo que parece obvio, pero que sin embargo no ocurre tan frecuentemente como sería conveniente, y es que psicólogos y psiquiatras no estén "divorciados", que puedan tener una comunicación fluida y colaborativa en pro de una mejor atención a sus pacientes que son los usuarios de dichos servicios, facilitando el mejor aprovechamiento de los recursos y la optimización del funcionamiento del Sistema de Salud Mental.

¿Dónde y quiénes forman psicoterapeutas?

En nuestro país, y en la actualidad, existen algunos ámbitos de formación en esta disciplina, que expiden títulos habilitados.

Uno de ellos es la Diplomatura de Psicoterapia en Servicios de Salud, organizada por las Cátedras de Psiquiatría de la Facultad de Medicina, que comenzó a funcionar en el año 2004 con carácter obligatorio para los post grados de psiquiatría y que está abierta a psicólogos con menos de cinco años de recibidos.

Otro ámbito de formación, pero privado, es el que brinda la Facultad de Psicología de la Universidad Católica. La UCU dicta diferentes cursos: Diplomas, Especializaciones y Maestrías- en diferentes modelos teórico clínicos.ⁱⁱ

Un tercero, también privado, es el de las Maestrías de dos Sociedades Científicas: la Asociación Uruguaya de Psicoterapia Psicoanalítica (AUDEPP) y la Asociación Psicoanalítica del Uruguay (APU).³

Tanto APU (desde 1956) como AUDEPP (desde 1982) han dictado cursos de formación desde su comienzo. Posteriormente APU fue reconocida como Instituto de Posgrado Universitario hace 7 años (otorgando a los egresados de los seminarios el título de Magister en Psicoanálisis. Y AUDEPP tiene la habilitación desde hace 2 años, hasta ahora concede el título de Posgrado en Psicoterapia Psicoanalítica y, en el corriente año (2013) inició la Maestría.ⁱⁱⁱ⁴

La realidad es que la psicoterapia en Uruguay es una tradición que comienza a mediados del siglo XX, 1950 en adelante. Por esa época comenzaron a surgir escuelas de psicoterapia, representantes de diferentes modelos teórico-clínicos que, en el orden de lo privado, desarrollaron programas de formación de psicoterapeutas. En el transcurso del tiempo fueron surgiendo nuevos modelos de intervención y se fueron asentando en nuestro medio diferentes escuelas, con forma jurídica de Asociaciones Científicas, que desde entonces se dedican también a difundir su modelo y a formar psicoterapeutas. Cada una con diferentes requerimientos, ya que cada modelo tiene los propios; pero todas dirigidas a psicólogos, psiquiatras, médicos y, alguna, a asistentes sociales.⁵

No todas estas instituciones formadoras tienen habilitación, por lo tanto, los certificados que expiden carecen de la validez oficial. Pero, llamativamente fue, y es allí donde se siguen formando los psicoterapeutas en su inmensa mayoría.

3

4

5

▪ *¿Quién avala la formación? El ejercicio de la psicoterapia, ¿quién lo regula?*

Actualmente existe la Federación Uruguaya de Psicoterapia -FUPSI-, fundada el 3 de junio de 2004, que integra a dichas Asociaciones Científicas, conformando un campo común que tiene como objetivos fundamentales fomentar la integración, conocimiento y respeto de los diferentes modelos que la integran.

FUPSI ha trabajado para unificar los criterios de formación entre todas sus Instituciones miembro, como forma de garantizarla y de auto-regularla. Asimismo avala a los psicoterapeutas que, formados y postulados por su Asociación, cumplen con los criterios establecidos, expidiéndoles el Certificado Uruguayo de Psicoterapia, (CUP), en la orientación psicoterapéutica practicada por cada uno.

De hecho, desde el año 2008 a la fecha FUPSI ha certificado 180 Psicoterapeutas con formación en diferentes modelos teórico clínicos. Dichos certificados tienen una vigencia de 5 años lo cual implica que los psicoterapeutas para obtener su Recertificación, deben estar en formación continua. Esto es muy importante a la hora de preservar la salud de los usuarios (pacientes, consultantes, clientes) que nos consultan.

FUPSI a su vez integra FLAPSI (Federación Latinoamericana de Psicoterapia) que nuclea a otros psicoterapeutas y Asociaciones de psicoterapeutas de más de 10 países de Latinoamérica.

Por lo expuesto aquellos psicoterapeutas que han obtenido el Certificado Uruguayo de Psicoterapia y cumple con los requisitos establecidos por FLAPSI (Federación Latinoamericana de Psicoterapia) pueden postularse al Certificado Latinoamericano de Psicoterapia⁶, el cual cuenta, a sus vez, con el aval del Consejo Mundial de Psicoterapia (WCP), organismo Asesor de Naciones Unidas.

En Uruguay hay muchos recursos formados, con vasta experiencia y debidamente actualizados, tal como se pudo comprobar en la respuesta al llamado a postulantes al Diploma de Psicoterapia en Servicios de Salud por Actuación Documentada realizado por Escuela de Graduados de la Facultad de Medicina de la UDELAR (2008), al que me referí más arriba.⁷

Parece quedar muy claro que convertirse en psicoterapeuta requiere de una formación específica de varios años, que comprende formación teórico clínica, supervisiones individuales y grupales, psicoterapia personal y/u horas de reflexión y conocimiento personal, todo lo cual, además de tiempo, requiere estudio, dedicación y mucho dinero.

También parece quedar muy claro que la psicoterapia es, en nuestro país, una especialización de post grado, que carece de regulación.

Es claramente contradictorio que se exija, a nivel del SNIS, tener formación en psicoterapia y que por otro lado la Universidad de la República no la brinde y que tampoco avale quienes sí la brindan.

Existe un fuerte desconocimiento por parte de los usuarios que en su gran mayoría no tienen claro cuáles son las funciones de un psicólogo, un psiquiatra y un psicoterapeuta, no saben que su desempeño requiere de formación diferente y suelen confundir, o asimilar, psicólogo con psiquiatra y ambos con psicoterapeuta

Este es un riesgo para los usuarios, que son derivados por muchos de los propios servicios de salud, a los psicólogos sin formación específica en psicoterapia, que no están capacitados para brindarles el servicio. Lamentablemente, esta confusión también se extiende a muchos de los funcionarios de la salud, de la educación y del mismo Ministerio de Salud Pública y del Ministerio de Educación y Cultura.

6

7

La falta de formación en alguno de los modelos de intervención psicoterapéutica es también un riesgo para los psicólogos que una vez egresados de su facultad, no han procurado formarse, dando lugar a que presenten cuadros de burnout, ya que lógicamente, la demanda desborda sus recursos.

El propio MSP, al reglamentar las prestaciones de psicoterapia en el SNIS prevé la necesidad de informar a los usuarios, de la formación y la diversidad teórica. *“Se propiciará la diversidad teórica”... ..En 5 años todos los profesionales deben tener formación de post-grado”*⁸

Yo me pregunto, nuevamente, ¿dónde podrán formarse si no es las Sociedades Científicas?

Estamos de acuerdo en que la psicoterapia en el Uruguay es una formación específica de postgrado y que es imprescindible exigirla; pero también decimos que es imprescindible reglamentar por ley su ejercicio.

Los psicólogos y los psiquiatras están habilitados legalmente pero no están formados para ejercer la psicoterapia.

Llama la atención que estas situaciones no hayan sido hasta la fecha regularizadas, es decir avaladas por parte del MEC y habilitadas por parte del MSP, porque esos psicoterapeutas, a los que se les está exigiendo formación y otorgándoles un plazo para ello, se han formado, y se seguirán formando como hasta ahora y mayormente, en esas Asociaciones, las que desde siempre se han dedicado a hacerlo.

En resumen:

- Estos antecedentes apoyan la posición de que la psicoterapia en nuestro país es una especialización de algunas profesiones tales como psicología, , psiquiatría, y en algunos casos medicina o asistente social. En otros países la psicoterapia es ya una profesión en sí misma, independiente, tal es el caso de Austria.
- En nuestro país la psicoterapia tiene una larga y rica historia, sin embargo ***es una profesión de hecho, no de derecho.***
- Cada vez más se solicitan servicios de psicoterapia, sin embargo, salvo por la excepción del Diploma en Servicios de Salud, de la Facultad de Medicina -que forma específicamente para servicios de salud- y más allá de las opiniones de varios actores, ***hasta la fecha, la Universidad de la Republica aún no forma psicoterapeutas.*** Esta formación queda librada a los criterios y responsabilidad de cada quien.
- Quienes forman Psicoterapeutas son las Instituciones Privadas: UCU y más de 30 Sociedades Científicas representantes de una vasta diversidad teórica que felizmente existe en nuestro medio.
- Esta situación lleva a que haya un fuerte desconocimiento y desinformación en la población en general que cree que los psicólogos y los psiquiatras, por el hecho de tener ese título y estar habilitados legalmente (aunque no formados) son psicoterapeutas. Consideramos que esto constituye un fuerte riesgo para los destinatarios de dichos servicios y para los propios profesionales.
- Consideramos también que el Gobierno, que ha incluido la psicoterapia en el Programa de Salud Mental del SNIS, que estableció como requisito, con muy buen criterio, tener formación en psicoterapia y estableció plazos para que quienes no la tuvieran la adquirieran, debería atender esta situación y accionar en el sentido de que se legisle al respecto.
- ***La psicoterapia es una especialización, sin regulación, evitemos “daños colaterales”***
- ***Regularizarla es un imperativo ético impostergable***

Reflexión final

- Teniendo en cuenta todo este proceso y el estado actual de la situación, deberíamos pensar ¿no será este el momento de plantearnos si realmente la Psicoterapia, en vez de ser una especialización, debería ser una profesión en sí misma, como lo es en Austria y en Italia. Esta sería una manera de

terminar con el problema de quienes son psicoterapeutas, donde deben formarse, quien los regula y quien los avala.

- Este sería un camino difícil de recorrer y seguramente generaría mucha resistencia fundamentalmente por quienes hoy se abrogan el derecho a ejercerla, pero aseguraría la formación adecuada y necesaria de los propios psicoterapeutas y la atención beneficiosa de los usuarios.
- Por el momento, *lo inmediato e imprescindible es regular el ejercicio de la psicoterapia* entendida como una especialización.
- Mientras, empecemos a pensar en la posibilidad de que se transforme en una profesión "per se".
- Las autoridades correspondientes pueden facilitararlo siendo congruentes con los postulados del Plan de Salud Mental del SNIS, cuyo objetivo central es que "la atención en salud mental es un derecho que progresivamente debe integrarse a las prestaciones universales de salud".
- Seamos éticos y congruentes, democratizemos realmente la psicoterapia.

Prof. Lic. Ps. María Esther Lagos

Psicoterapeuta Cognitivo Conductual

Postgdo. especialización en Psicoterapia Integrativa PNIE

Diploma Especialización en Psicoterapia, Escuela de Graduados, Facultad de Medicina, UDELAR, 2010

Coordinadora General Docente y Supervisora de SUAMOC y del Equipo de Psicoterapia Cognitivo Conductual en el Programa de Psicoterapias de la Clínica de Psiquiatría, Hospital de Clínicas

Integrante Comité Organizador y Coordinadora Docente, de la Diplomatura de Psicoterapia en Servicios de Salud, Esc. De Graduados, Facultad de Medicina UDELAR Designada por la Fac. de Medicina de la UDELAR Prof. gdo.3 con funciones dn la Diplomatura de Psicoterapia en Servicios de Salud.

Docente de Postgrado de Psicoterapia Integrativa PNIE, Facultad de Psicología, Universidad Católica - Tutora de

Tesis

Presidente de SUAMOC -

Sociedad Uruguaya de Análisis y Modificación de la Conducta - 2000-2002; 2002-2004

Presidente de FLAPSI -Federación Latinoamericana de Psicoterapia - 2010-2012

Vicepresidente de la Asociación Latinoamericana de Psicoterapias (ALAPCO), 2012 a la fecha

Coordinadora Nacional de la Asociación Latinoamericana de Análisis, Modificación y Terapia de la Conducta (ALAMOC), 2002 a la fecha

Representante Nacional Red Latinoamericana de Psicología Positiva Aplicada (RELAPPA)

¹ Globalized Psychotherapy 2002, Ed. World Council of Psychotherapy, Introduccion, Pritz, A.

² Declaración de Estraburgo sobre los Derechos de la Psicoterapia, 1990

³ Universidad Católica del Uruguay, www.ucc.edu.uy

⁵ Asociación Uruguaya de Psicoterapia Psicoanalítica, www.audepp.org

⁶ "Globalized Psychotherapy" 2002, Ed. World Council of Psychotherapy. "La Psicoterapia en el Uruguay," Lic. María Esther Lagos, pag. . 435-448

⁷ Federación Uruguaya e Psicoterapia, FUPSI, www.fupsi.org

⁸ MSP, Plan de Salud Mental, pag. 22, inc.b pag. 23, inc.b. www.msp.gub.uy

⁹ Diplomatura de Psicoterapia en Servicios de Salud, Facultad de Medicina, Escuela de Graduados, (Llamado, 2008)